

Pain de poisson léger

Ingrédients

4 oeufs

2 petites boîtes de thon avec leur jus

12 bâtonnets de surimi + 6

3 cc de concentré de tomates **sauce tomate cuisinée aux légumes**

1/4 cc de sel

15 feuilles de basilic **j'ai mis au pif**

1/2 cc de piment d'espelette

1 petit verre de lait **100 ml**

Mettre tous les ingrédients dans le bol du TM sauf les 6 bâtonnets de surimi

Mixer vitesse 6 pendant 10 secondes

Verser la moitié de la préparation dans le moule

Déposer les 6 bâtonnets restants

Recouvrir avec la préparation restante

Cuire four chaud 180° pendant 55 mn **je pense que je l'ai laissé moins du coup il est moins coloré que celui de Capu**



<http://atablecheznatt.canalblog.com>